



CHENG DONG MING

承东明



# Stage d'été de Wudang Qi Gong

Du jeudi 11 juillet au lundi 15 juillet 2024

Venez vous ressourcer au contact de la nature en pratiquant des techniques chinoises de santé millénaires, accessibles à tous, qui vous apporteront calme, harmonie, fluidité et développeront votre concentration.

Le Qi Gong que nous pratiquerons est le Wudang Taiji Gong ou Qi Gong du Faîte Suprême de Wudang (région de Chine, berceau des arts énergétiques et martiaux taoïstes).

Il est l'un des trésors de la branche de Wudang du Long Men Pai (Ecole de la Porte du Dragon du Wudang).

Il permet de travailler sur la détente, la respiration, le développement de l'intention (la pensée créatrice), notre axe central, un profond enracinement et nos trois racines. Il renforce la coordination motrice, notre souffle vital, les fonctions psychiques et nous ouvre à une conscience subtile de soi et de notre environnement.

Nous terminerons chaque journée par une méditation.

**Horaires :** De 9h à 13h et de 14h30 à 16h30

**Tarif :** 325 euros (dont 50 € d'arrhes à joindre à votre inscription)

**Date limite d'inscription** 05/07/2024 - *nombre de places limité à 17 personnes*

**Lieu :** Route de Parence 72530 Yvré L'Evêque (5 km de Le Mans)

Nous pourrons pratiquer en extérieur dans un parc.

Plusieurs gîtes et chambres d'hôtes se situent à Yvré L'Evêque et alentours ainsi qu'un camping Le Pont Romain (tél 0243822539) situé à 500 m du lieu de pratique.

Membre d'une association de gestion agréée par l'administration fiscale, le règlement des honoraires par chèques est accepté.

Cassonnet J-Pierre 274 Chemin de La Brière 72530 Yvré L'Evêque

Tél : 06.42.16.91.83 - [www.chengdongming.fr](http://www.chengdongming.fr) - e-mail : [info@chengdongming.fr](mailto:info@chengdongming.fr)

SIRET n° 505 364 570 00018



# CHENG DONG MING

## 承东明



## INSCRIPTION :

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Tél :

Tél portable :

e-mail :

**Veillez, s'il vous plait, envoyer cette page complétée et accompagnée d'un chèque d'arrhes de 50 euros libellé à l'ordre de Jean-Pierre Cassonnet (adresse ci-dessous) avant le 05 juillet 2024.**

**Aucun remboursement ne sera effectué en cas de désistement. Les arrhes seront restitués uniquement si c'est l'enseignant qui a un empêchement.**

*J'accepte que les informations écrites dans ce formulaire soient utilisées :*

*pour le traitement des inscriptions  pour la gestion de la relation avec les inscrits : envoi de mails et de newsletters*

**Je m'inscris au stage de (inscrivez le stage et la date du stage) :**

**Lu et approuvé**

**Date et signature :**

Membre d'une association de gestion agréée par l'administration fiscale, le règlement des honoraires par chèques est accepté.

**Cassonnet J-Pierre 274 Chemin de La Brière 72530 Yvré L'Evêque**  
**Tél : 06.42.16.91.83 - [www.chengdongming.fr](http://www.chengdongming.fr) - e-mail : [info@chengdongming.fr](mailto:info@chengdongming.fr)**

**SIRET n° 505 364 570 00018**